

“守护口腔·点亮微笑·大理日报小记者在行动”活动成功举办

9月21日,大理日报小记者工作团联合大理市第一人民医院开展“守护口腔·点亮微笑·大理日报小记者在行动”主题活动。约80名小记者在医护人员的引领下探寻口腔的奥秘。

活动中,小记者们兴致勃勃地参观了大理市第一人民医院口腔科,了解了口腔科医生的日常工作及口腔检查的仪器设备。现场,医生还为小记者们检查口腔,叮嘱他们要养成良好的口腔卫生习惯。

好的口腔卫生习惯。“为什么会有蛀牙呢?”“怎样可以预防蛀牙?”带着一个个问题,口腔科医生为小记者们上了一堂生动的口腔健康知识科普课,向大家讲解爱

牙科小知识。活动结束后,小记者们纷纷表示,会将所学的口腔健康知识传递给更多的小伙伴,让他们都能拥有一口洁白健康的牙齿。

小龋齿游牙科记

□金牛二小四(6)班 张蕊

大家好,先自我介绍一下,我原先也是我家小主人嘴里一颗美丽、洁白的牙齿。由于小主人平时不注意保护我,逐渐就成了龋齿,这让我在她的嘴里非常痛苦。小主人看我痛苦的样子,她也非常心痛,决定帮助我摆脱痛苦,让我回到从前漂漂亮亮的样子。

机会终于来了,9月21日,小主人一改睡懒觉的习惯,早早地把我带到了大理市第一人民医院口腔科。哇!这里的小记者可真多啊!他们也一定和小主人一样,为了有一排美丽洁白的牙齿来到这里的。

活动中,美丽的杨医生给小记者们讲解了儿童应该如何保护牙齿,一是少吃甜食,二是少喝碳酸饮料,三是认真

刷牙,四是定期检查牙齿,还有不要做吮吸手指、咬嘴唇、长时间吐舌头的坏习惯等。

接着,小记者们每个人都当起了“小牙医”,来给牙模型戴牙套。他们先来给牙模型刷牙,再把橡胶牙套放在牙模型上,然后用钢丝固定,一副牙套就戴好了。医生还帮小记者们检查了牙齿。一个医生阿姨对我的小主人说:“一定要好好刷牙,否则蛀虫会把牙齿吃光的。”

“龋齿是怎么形成的?”“怎样可以预防龋齿?”医生还给我们上了一堂生动的口腔健康知识科普课,详细介绍了“我”的成因以及预防。医生给小记者们列了一道算式:糖+细菌=酸,酸+牙齿=龋齿,这就是发生龋齿的原因。介绍完

龋齿之后,医生又教小记者们正确的刷牙方法,小主人很疑惑:“刷牙谁不会呀?还要教吗?”但当听完医生的介绍,小主人才发现,她原来给我“洗澡”的方法是大错特错的,牙齿要两颗两颗地刷,不能像拉大锯似的一排一排地刷,那样是刷不干净的。刷牙时,一定要把牙刷倾斜45度角原地打圈刷等。

好啦,听完我的介绍,大家是不是知道了要怎样保护自己的牙齿呢?小主人通过参加这次活动,学到了很多口腔健康知识。这给小主人增加了信心,一定要好好保护我,还我美丽、洁白的样子。

请大家从现在做起,让自己拥有一口又美又白又整齐的牙齿吧!

保护牙齿 刻不容缓

□下关四小243班 邓臻

9月21日,我来到大理市第一人民医院参加“守护口腔·点亮微笑·大理日报小记者在行动”主题活动。

首先,口腔科医生认真仔细地为我们检查了牙齿的健康情况,然后开始科普口腔知识。其中,最吸引我的

是一位病人牙齿正畸的案例。医生先给我们展示了一个口腔模型,一口参差不齐,两颗门牙一前一后,本以为无药可救了,但经过医生两年多的持续治疗,现在已经是一口整齐健康的牙齿了。这例病患牙齿错位严重,追

其原因就是平常错误的用牙习惯导致的。医生给我们讲解了许多口腔健康、保护牙齿的知识,大家听得十分入迷,不停地在笔记本上写写画画,生怕落下一个知识点。

通过今天的学习,我认识到了保护牙齿的重要性,平常要少吃零食,少喝饮料,不要用牙咬坚硬的东西,认真刷牙、漱口,这样才能拥有一口健康的牙齿。我也会将今天所学的知识分享给身边的同学,让大家一起保护牙齿。

愉快的口腔之旅

□下关四小242班 张文博

在人体的每一个角落,都有着神奇的奥秘等待我们去探索。今天,我要带领大家开启一段特别的旅程——口腔之旅。这次旅程,我们将学习口腔知识,揭开口腔健康的秘密面纱。

我们的第一站是牙齿。牙齿是我们咀嚼食物的利器,也是口腔美容的第一步。每颗牙齿都像是一座坚固的堡垒,它们紧密排列,保护着我们的舌头和咽喉。牙齿的外表光滑而坚硬,里面却隐藏着细小的牙髓和牙本质。牙髓就像是一层坚固的盔甲,保护着牙本质免受外界伤害。

在牙齿的周围,有一个神秘的世界——牙龈。牙龈是牙齿的根部,它们

紧紧地贴合在一起,形成了牙齿的“根基”。牙龈不仅仅是牙齿的固定点,它们还承担着吸收营养、排除废物的重要任务。每天刷牙时,我们要轻轻刷牙龈,保持它们的健康。

接下来,我们要进入牙齿的深处——牙髓。牙髓是牙齿内部的软组织,它像是一颗颗隐藏在牙齿中的“宝石”。牙髓富含神经和血管,它们传递着牙齿的温度、压力等信息。当牙齿受到外界的刺激时,牙髓会产生疼痛的感觉,让我们知道牙齿出了问题。

在牙髓的周围,有一层重要的组织——牙周膜。牙周膜是连接牙齿和

牙槽骨的桥梁,它们像是一根根纤细的丝线,紧紧地缠绕在牙齿周围。牙周膜不仅固定着牙齿,还保护着牙齿不受细菌的侵袭。当牙周膜受到感染时,就会形成牙周病,导致牙齿松动、脱落。

在这次口腔之旅中,我们深入了解了牙齿的构造和功能,认识到了口腔健康的重要性。让我们从现在开始,养成良好的口腔卫生习惯,保护我们的牙齿,让它们永远保持健康、美丽。同时,我们也要定期去医院检查牙齿,及时发现和治疗口腔问题,预防牙齿疾病的发生。只有这样,我们才能拥有一个健康、自信的笑容。

口腔探秘之旅

□下关一中初中部279班 邵裕轩

9月21日一大早,我怀着迫切的心情来到了大理市第一人民医院。我将和其他的小记者在这里开启一场口腔探秘之旅。

在医生的带领下,我们有序地参观了医院的口腔科。走进诊疗室,各种各样的仪器瞬间吸引了小记者们的目光。只见有几台机器,下面是躺椅,高度可以调节,机器上有很多管子,上面接了各种各样的工具,是用来打磨、清洁牙齿的,机器上面还有小桌子,上面放了很多工具,有小弯柄的小镊子、消毒水、棉球和各种各样的小瓶子,里面装了许多不同的药水

和东西,机器上还有照明灯,真是“麻雀虽小,五脏俱全”,着实让我们大开眼界。通过医生的演示和讲解,我们知道了这就是口腔科医生的“战备武器”,也了解了他们的工作日常。

接下来就到了口腔检查时间,我兴奋地躺在舒适的椅子上等待着。可是当医生打开椅子上的检查辅助灯,拿出检查工具后,我心中的不安开始慢慢发酵,生怕检查出什么毛病。检查结束,医生笑着对我说:“你的牙齿是健康的,继续保持。”我心中的紧张瞬间褪去,随即露出了灿烂的笑容。

一堂生动的科普教育课为小记者

们打开了一扇通往牙齿奥秘世界的大门。医生用通俗易懂的语言,为我们讲解医学知识,并结合实际案例,深入浅出地为我们讲解了各种牙齿问题的症状、病因、危害和治疗方法,让我进一步意识到了保护牙齿的重要性。

为了保证牙齿健康,医生向我们推荐并演示了“巴氏刷牙法”。小记者们纷纷拿起笔记本,认真地记录下每一个要点,生怕错过任何重要的信息。我会把这些有用的知识分享给身边的人,让大家都有一口洁白、整齐、漂亮的牙齿。

守护口腔 从好好刷牙开始

□下关四小260班 杨硕

9月21日,我们小记者来到大理市第一人民医院学习口腔健康知识。

活动中,我们参观了医院口腔科,了解了口腔科医生的日常工作及口腔检查的仪器设备。医生为我们上了一堂生动的口腔健康知识科普课,向大家讲解了

爱牙科普小知识,还为我们检查了口腔。

医生还告诉我们,想要保护好我们的牙齿,首先,要养成良好的刷牙习惯,饭后用温水漱口,早晚各刷牙一次。其次,刷牙要注意正确的方法,顺着牙,竖着刷,刷完里面再刷外面。最后,平时要

少吃糖果,尤其是临睡前不要吃糖。

参加这次活动后,我还知道了如果不好好刷牙,就会长成龋齿,龋齿对牙是有危害的。若是出现蛀牙或坏牙,一定要及时修补或拔除。以后我一定要好好刷牙,保护好我的牙齿。

心得体会

9月21日上午,我作为一名小记者,有幸踏入了大理市第一人民医院口腔科,进行了一次别开生面的参观与学习之旅。这次经历不仅让我对口腔健康有了更深刻的认识,还让我亲身体验到了现代医疗技术的的神奇。在这里,我不仅了解了口腔科医生的日常工作及各种检查口腔的先进仪器,还轻松地学习了牙齿的结构、常见的口腔疾病以及如何正确刷牙、爱护牙齿的日常护理知识。我印象最深的就是那个刷牙的动画片,让我在玩乐中掌握了正确的刷牙技巧,真是一次奇妙的体验。以后我一定要好好刷牙,保护好我自己的牙齿。

下关一中初中部 276班 曹照

9月21日,我参加大理日报小记者活动,听医生介绍了口腔知识,还看了牙模型。通过这次参观活动,我知道了每年的9月20日是全国爱牙日,如果有不良卫生习惯,就会引起牙结石,甚至虫牙,严重的会影响长身高,所以我们要爱护自己的牙齿和口腔。

下关四小二(五)班 沈昊超

9月21日,我有幸参加了“守护口腔·点亮微笑·大理日报小记者在行动”主题活动。在这次活动中,我知道了牙齿对我们每个人来说都很重要,我们要努力让真牙跟随我们一辈子,要像保护家人一样保护它、爱惜它。

下关三小165班 张皓泽



大理州实验小学164班 唐梓琦



下关七小216班 冯舒馨



大理市少艺校78班 杨唯轩



下关四小三(4)班 钟翼



下关一小198班 成可馨



下关一小119班 苏理琦



洱源完小101班 杨诗晗



下关一小184班 安紫轩